

Утверждаю
 Директора ГБОУ СОШ № 3
 г. о. Октябрьск
 Шатрова Л.Ю.



Меню на 15 декабря 2022г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	120/50	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	38/12	151.10
2-й завтрак	Сок	196	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	50	40.73
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	180	167.20
	3)Голубцы ленивые	170	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	60	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Хлеб пшеничный	52	88.34
	3) Кисломолочный напиток	218	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	119	184.43

Всего: 1615.57

Утверждаю
 Директора ГБОУ СОШ № 3
 г. о. Октябрьск
 Шатрова Л.Ю.



Меню на 15 декабря 2022г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	90/40	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завтрак	Сок	185	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	30	26.64
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	160	126.61
	3)Голубцы ленивые	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	55	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	45	67.26
	3) Кисломолочный напиток	205	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	110	95.13

Всего: 1304.87

